

ZVOLENSKO DETVIANSKO-KRUPINSKO

Najčítanejšie regionálne noviny Týždenne do 39 560 domácností a firiem

STREDNÉ
A VYSOKÉ
ŠKOLY



Téma týždňa
v tomto čísle

J.A.M. stav. s. r. o.

STAVEBNÉ PRÁCE

- Bytové jadrá, omietky, stierky
- Sadrokartónové systémy
- Strechy, krovy, altánky
- Vodárske, elektrikárske práce
- Zatepľovacie práce
- Obklady, dlažby, zdvojené podlahy
- Rodinné domy od základu
- Nábytok na mieru

0905 298 635
0919 038 968
0918 641 094

!!!NAJLEPŠIE CENY!!!



**SPRACOVANIE
ÚČTOVNÍCTVA**

KA, ZV a okolie

cena od 20 €/mes.

0915 516 361

**PALIVOVÉ DREVO
aj klátiky**

☎ 0905 705 594

**PALIVOVÉ DREVO
metrovína s dovozom**

0948 902 721

NEODTEKÁ !!!

KRTKOVANIE - MONITORING

KANALIZÁCIE

LIKVIDÁCIA AZBESTU!!!

www.krtkovanie-clistenie.sk **0919 175 335**

**PREČÍTAJTE SI
ZADNÚ
STRANU**



OKNÁ A DVERE

• PLASTOVÉ • HLINÍKOVÉ

incon

- Doplňky:**
- žalúzie
 - parapety
 - siete
 - rolety
 - markízy



Bezpečnostné dvere do bytov - Sofia

Bezpečnostné dvere do domov - Wiked

Garážové brány výklopné a dvojkrídlové

SLOVREKLA s.r.o.

ZVOLEN Trhová 6 (Tržnica - 1. posch.)

www.slovrekla.sk, info@slovrekla.sk,
045/540 20 71, 0905 298 160

**HODINOVÝ
MANŽEL**

všetky práce

0905 451 083

ŽALÚZIE

+OPRAVY

SIETE PROTI

HMYZU

(aj na balkónové dvere)

ROLETKY

0915 971 626

suprainterier@gmail.com

ŽALÚZIE

+OPRAVY

SIETE PROTI

HMYZU

(aj na balkónové dvere)

ROLETKY

0915 971 626

suprainterier@gmail.com

SŤAHOVANIE

DOPRAVA-PREPRAVA

0915 829 947

WWW.STAHOVANIEPRIMA.SK

WWW.STAHOVANIEPRIMA.SK

WWW.STAHOVANIEPRIMA.SK

WWW.STAHOVANIEPRIMA.SK

WWW.STAHOVANIEPRIMA.SK

**STAVEBNÉ
PRÁCE**

Domy na kľúč, rekonštrukcie,
obklady, dlažby
stavby@chmnsro.sk

0903 829 353

**KÚPIM
BYT, DOM**

aj zadĺžený
s možnosťou ostať
ďalej bývať a možnej
spätnej kúpy

0948 001 811

**SLOVENSKÉ
BRAVČOVÉ
POLOVICE**

BEZKONKURENČNÁ CENA!

Doprava v cene!

T: 0908 13 11 99

Šimunek s.r.o.

STAVEBNÉ PRÁCE

(rekonštrukcie domov a bytov,

bytové jadrá, obklady a dlažby,

sadrokartóny, stierky, maľovanie)

VODA + KANALIZÁCIA

ELEKTRICKÉ KÚRENIE

(vykurovacie rohože a okruhy,

sálavé vykurovacie panely,

konvektory, regulácia vykurovania,

ochrana proti snehu, rekuperácia,

doplňkový sortiment)

0904 525 084

POĽNOHOSPODÁRSKE DRUŽSTVO V LIESKOVCI

celoročne ponúka na predaj **granulovaný hydínový trus**

cena 3,96 € s DPH/3 kg balenie **0911 540 858**



**LIESKOVSKÝ
GRANULOVANÝ
HYDÍNOVÝ TRUS**

TO PRÁVE HNOJIVO PRE VAŠE OVOCIE A
ZELENINU

Organické hnojivo vyrobené z podstielky pri klasickom chove hydiny. Peletková forma pre jednoduchú manipuláciu. Bez semien burín, postupné uvoľňovanie živín. Zvyšuje podiel humusu v pôde, zlepšuje pôdnu štruktúru a úrodnosť.

Výrobca: Poľnohospodárske družstvo, Hrádocká 2718, 962 21 Lieskovec.

Rozsah a spôsob použitia: Hnojivo sa používa na základné hnojenie pôdy pred výsadbou rastlín a na prihnojovanie plodín, stromov, okrasných rastlín podľa potreby počas celého roka. Hnojivo sa rovnomerne rozhodí na plochu a zapracuje do pôdy.

TPD

www.tpd.sk

POZRI PONUKU NA 3. STRANE

UŠETRI AŽ

327€

DK Diskont Kvetov

Substrát Primaflora

10 l, výsev a množenie

1,49 € ~~2,05 €~~

Semená Zelseed, Semo

rôzne plodiny a odrody

od 0,26 €

Substrát Forestina

20 l, výsev a množenie

2,59 € ~~3,59 €~~

Od pondelka
27. januára
do soboty
1. februára

Diskont Kvetov, Kriváň 479 (pri kruhovom objazde), tel. 0905 502 240, otvorené od Po - So od 8:00 do 20:00

ZVOLENSKO DETVANSKO-KRUPINSKO

Redakcia: Dukelských hrdinov 1
ZVOLEN
zvolenko@regionpress.sk

REGIONPRESS

Vydavateľ:
REGIONPRESS, s.r.o.
Studentská 2, 917 01 Trnava
IČO: 36252417
reg. MKSR EV 3676/09

INZERCIA

Mariana Kučerová 0907 727 201
Pavel Kučera 0915 781 228

Distribúcia:
Pavel Kučera 0915 781 228
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk
Šéfredaktor: Ivan Brožík

DISTRIBÚCIA (39 560 domácností)

Každý týždeň:
Zvolen, Detva, Hriňová, Korytárky,
Kriváň, Stožok, Víglaš, Krupina,
Bzovik, Dudince, Hontianske
Nemce, Sebechleby, Babiná, Budča,
Dobrá Niva, Hronská Breznica,
Kováčová, Lieskovec, Očová, Pliešovce,
Podzámrček, Sása, Sielnica,
Sliach, Zvolenská Slatina, Kováčová,
Očová, Zvolenská Slatina



Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovú úpravu.

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípade, že viete o mieste, kam naše noviny nechodia, dajte nám, vedieť. Ďakujeme.

Západné Slovensko

BV	94,750	Bratislavsko Východ
BZ	100,200	Bratislavsko Západ
DS	33,080	Dunajskostredsko
GA	31,290	Galancko-Saliansko
HC	28,510	Hlohovecko-Sereďsko
KM	16,370	Komárňansko
LV	31,310	Levicko
MA	27,450	Malacko
NR	54,930	Nitriansko
NZ	34,140	Novozámocko
PK	18,210	Pezinsko
PN	38,810	Piešťansko+NM+MY
SC	27,920	Senecsko
SE	34,570	Senicko-Skalicko
TO	40,560	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59,430	Trenčiansko+DCA+HL
TT	46,550	Trnávsko
ZM	18,990	Zlatomoravsko

Stredné Slovensko

BB	50,530	Banskobystricko+BR
KY	29,120	Kysucko=CA+KM
LI	35,020	Liptovsko=LM+RK
LC	30,690	Lučenecko+VK+PT
MT	41,690	Martinskó+TR
OR	36,230	Oravsko=OK+NQ+TS
PR	28,230	Považsko=PB+PU
PD	41,340	Prievidsko
ZV	39,560	Zvolensko+DT+KA
ZH	27,490	Žiarsko+ZC+BS
ZA	52,120	Žilinskó+BY

Východné Slovensko

BJ	33,870	Bartolovsko=SK+SP
GE	28,710	Gemersko=RV+RS+RA
HU	26,640	Humensko=VT+SV+ML
KE	83,740	Košicko
KS	20,730	Košicko okolie
SL	12,970	Lubovniansko
MI	29,620	Michalovsko+TV+SO
PP	41,130	Popradsko+HK
PO	45,115	Prešovsko+SB
SN	32,750	Spišsko+LE+GL

Blíži sa február

Žiaden akčný titulok v zmysle „padne vám sánka“, prípadne - „roztopíte sa“, alebo „šokujúce“.

Proste a jednoducho – blíži sa február. Po januári to tak býva. Teším sa na február. Je to mesiac, v ktorom, aj podľa vlastných pozorovaní, ale najmä v odkazoch stáročných tradícií prichádza pravidelne niekoľko dní s takmer jarným nádychom. Do začiatku skutočnej jari je to potom už „malina“.

Spravidla sa tá „jarná“ februárová nádejná perióda zjavuje v jeho poslednom týždni. Je to signál na ukončenie obdobia tmy, chladu, depresii, na oživenie snov, predstáv a opätovnej chuti žiť. A samozrejme, ako inak, na upratovanie, vetranie, vynášanie a pálenie zlého, starého, stuchnutého, plného chorôb. Je stále dobré dbať na tradície našich predkov, pretože obsahovali v sebe veľké múdra celých generácií.

Bolo by veľmi nerozumné zahodiť takto nazbierané skúsenosti a zapredať sa svojvôli. Zapredať sa obrazu síce na prvý pohľad lákavému, no inak z hľadiska hodnôt úplne bezcennému. Ľudia dostali od Boha dar

myslenia a bolo by asi pohrdaním takýmto darom, ak by ho nevyužívali.

V septembri 2015 hovoril arcibiskup Vasil pred pútnikmi z celého Slovenska zo Šaštinskej baziliky o obraze materských bolestí - bolesti Slovenska. Zaradil medzi ne „stratu nadšenia, radosti a životného optimizmu, stratu ľudskosti a súcitu – rastúcu bezohľadnosť, stratu dôvery v autoritu, v občianske i cirkevné inštitúcie, bolesť zo straty dôvery v spravodlivosť, v dané slovo, v lásku a rodinu, bolesť zo straty žičlivosti a štedrosti, zo straty solidarity a nádeje“.

Svoju kázeň arcibiskup Vasil ukončil výzvou - „Slovensko, Slováci a Slovenky, máme v znaku tri vrchy a kríž - a nie tri opičky a hrabličky, ako návod na spokojný život - nevidím, nepočujem, nehovorím a hrabem len k sebe“.

Blíži sa čas jarného upratovania, už o mesiac. Dosť času na premýšľanie.

S pozdravom všetko dobré –

» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor



ADAM KRTKO
• čistenie kanalizácie,
• lapačov tukov
• kamerovanie lokalizácia potrubia
NONSTOP 0948 948 606

ARBORISTIKA
Komplexná starostlivosť o stromy
• Rez a ošetrovanie stromov
• Výrub stromov
• Odvoz drevnej hmoty
www.citytrees.sk tel: 0904 842 323

SŤAHOVANIE
SUVKA
Zvolen
Dispečing SK - 0950 333 222
www.stahovanie-profi.sk

MÁTE VLHKÝ DOM?
- podpilovanie muriva
- tlaková chemická injektáž **ZĽAVY 20% STOP**
0918 671541 vlhkým múrom

KURZ SBS ZĽAVA
PRE VŠETKÝCH
- evidovaní uchádzači na úrade práce - zdarma
0911 514 328
e-mail: sba@sbabb.sk
www.sbabb.sk

BRIKETY BUKOVÉ
s dovozom
0919 020 350

INZERCIA
0907 727 201

PROFIL BEZPEČNOSTNÉ DVERE
• do pôvodnej zárubne už od **520,- €** s DPH
• do novej zárubne už od **700,- €** s DPH (vrátane zárubne, tesnenia a prahu)
• dvere v 3. bezp. triede už od **810,- €** s DPH (vrátane zárubne, tesnenia a prahu)
Vzorkové predajne:
OD PRIOR, Nám. SNP, 3. posch., Zvolen (v kľúčovej službe)
Kapitúlská 6, B. Bystrica
0905 256 368, www.profilbb.sk
SLOVENSKÉ BEZPEČNOSTNÉ DVERE

OKNÁ, DVERE
gar. brány, sieťky, žalúzie, interiérové dvere
ZIMNÉ ZĽAVY
OKNOPLAST
Ideálna chvíľa pre nové okná
Záhradná 4, DETVA
0908 239 451, 0908 265 128
oknoplastdt@centrum.sk, www.oknoplast.com

Predaj mladých nosníc
7-týždňové vysokožnáškové mládky plemeno DOMINANT
3,70 € / ks
Predaj krmných zmesí
OBJEDNÁVKY UŽ PRIJÍMAME
Rozvoz objednávok zadarmo, OD MARCA DO NOVEMBRA
0905 355 145
0918 812 466
Farma Frajkovci: 160 Veľčice
frajka.team1@gmail.com • www.farmafrajkovci.sk

Prijmeme
POMOCNÁ SILA DO VÝROBY
v mäsozávoде v Krupine.
Mzda 700€.
Blížšie informácie na tel.č. 0915 985 131 alebo **marketing@masolapin.sk**

Prijmeme
PRACOVNÍK DO VÝROBY
v mäsozávoде v Krupine.
Mzda 700€.
Blížšie informácie na tel.č. 0915 985 131 alebo **marketing@masolapin.sk**

Prijmeme
SKLADNÍK/SKLADNÍČKA
do mäsozávoде v Krupine.
Mzda 700€.
Blížšie informácie na tel.č. 0915 985 131 alebo **marketing@masolapin.sk**

Prijmeme
ŠOFÉR
do mäsozávoде v Krupine.
Mzda 800€.
Blížšie informácie na tel.č. 0915 985 131 alebo **marketing@masolapin.sk**



3-sklo bez príplatku

Trojsklo za cenu dvojskla.

Platí len
do 31.01.2020
na laminované
plastové okná
Slovaktual OPTIM.

okná a dvere
Slovaktual®

ZVOLEN • Nám. SNP 38
0905 259 872 • zvoleden@slovaktual.sk

www.slovaktual.sk/akcia

Polnohospodárske družstvo Lieskovec
od 1.4. - 3.4.2020
od 6.4. - 9.4.2020
ponúka na predaj
Jatočné Velkonočné Jahňatá
(v mäse) - 6,00 €/kg - objednávky do 31.3.2020
0911 548 858
PD, Hrádocká 2718, 962 21 Lieskovec

PLASTOVÉ OKNÁ

výrobca okien a dverí z PVC a hliníka

Dobré Okno
Zvolen, s.r.o.

EUROCOLOR

Roto

ZIMNÉ ZĽAVY

Zvolen, ul. JESENSKÉHO 4707, (bývalý areál ZDROJ)
tel: 045/540 25 40 - 1, 0905 967 427
dobreoknozvolen@stonline.sk
Po - Pia 9.00 - 17.00 hod.
Krupina, A. Kmeťa 3 (oproti HONTU)
mobil: 0918 407 109
tel./fax: 045/551 16 38
dobreoknokrupina@mail.t-com.sk
www.dobre-okno.sk

**INZERÁT,
KTORÝ
PREDÁVA**

0915 781 228

ŽALÚZIE
Radovan Matúš

ZASKLIEVANIE BALKÓNOV

záhradky na okná
vertikálne žalúzie
sieťky proti hmyzu
zhŕňacie lamelové dvere
sušiaci na balkóny a okná

www.balkony.net **0905 767 777**

KÚPIM:
MEĎ, ELEKTROODPAD,
TK PLÁTKY, MOSADZ,
CÍN, AL, AUTOBATERIE

0911 362 036

Odkúpim starú
Ladu Žiguli do roku 1985

0907 143 110

TPD www.tpd.sk

Bosch WTW87467CS
Sušička

UŠETRI 327€

875€
548€

A+++
7kg kapacita

Akcia platí od 24. 01. 2020 do 30. 01. 2020 alebo do vypredania zásob.

Liptovský Mikuláš Euronics TPD, OD PRIOR, Štúrova ul. 1968, 044/562 1674
Lučenec Euronics TPD, OD Prior-Stred, tel. 047/433 3332
Žilina Euronics TPD, Prielohy 1012/1C, tel. 0918 421 069
Žiar nad Hronom Euronics TPD, OD Prior-Stred, tel. 045/673 2289
Zvolen Euronics TPD, RETAIL PARK, tel. 045/540 1845

RECYKLÁCIA AUTOMOBILOV

Vaše staré auto odvezieme
a vyradíme z evidencie priamo u Vás doma

AUTOVRAKOVISKO

ROVAMI www.rovami.sk
NON STOP **0902 457 777**



Súkromná stredná
odborná škola technická
Žiar nad Hronom

www.ssost.sk
Telefón: 045/673 3394
ssos.intech@gmail.com

ZÍSKAJ KVALITNÉ VZDELANIE NA NAŠEJ FIREMNEJ ŠKOLE A ZAMESTNAJ SA V NAJLEPŠIE PLATENÝCH ODBOROCH V KRAJI

Súkromná stredná odborná škola technická v Žiari nad Hronom v spolupráci
so spoločnosťami InTech Žiar nad Hronom z.p.o.

SLOVALCO

Nemak
Innovative Lightweighting

Hydro

>>REMESLO<<
strojal, s.r.o.

Tubapack

FAGOR
Fagor Ederlan Slovensko

a spoločnosťami Continental Automotive Systems, Neuman Aluminium Fließpresswerk, ELBA, Burgmaier Slovakia

PONÚKA UČEBNÉ MIESTA V DUÁLNOM SYSTÉME VZDELÁVANIA

PROGRAMÁTOR OBRÁBACÍCH A ZVÁRACÍCH STROJOV A ZARIADENÍ
MECHANIK MECHATRONIK
MECHANIK NASTAVOVAČ
HUTNÍK OPERÁTOR
OPERÁTOR STROJÁRSKEJ VÝROBY

- najkvalitnejšie duálne vzdelávanie v kraji
- teoretická časť v škole, praktická časť vo vybranej firme
- atraktívne štúdium s využitím špičkových technológií v škole i u zamestnávateľa
- podnikové štipendium, odmeny za produktívnu prácu, pracovné oblečenie, príspevok na stravu od zamestnávateľa
- prax a uplatnenie v úspešných medzinárodných firmách
- istota zamestnania po skončení štúdia
- po nástupe do práce rýchly kariérny rast a zaujímavé finančné ohodnotenie
- kurzy nad rámec vzdelávacích programov



PONÚKAME AJ MODERNÉ MATURITNÉ ODBORY V NEDUÁLNOM SYSTÉME VZDELÁVANIA

TECHNICKÉ LÝCEUM

- príprava na technické univerzity, ale i do praxe
- zameranie strojárstvo, elektrotechnika
- posilnená matematika, fyzika
- vynikajúce základy technických predmetov i programovania
- štúdium s využitím špičkových technológií
- prax a uplatnenie v úspešných medzinárodných firmách
- možnosť podnikového štipendia na VŠ

ELEKTROTECHNIKA

- príprava na technické univerzity, ale i do praxe
- zameranie na priemyselnú informatiku
- odborné predmety z oblasti slaboprúdovej a silnoprúdovej elektrotechniky a počítačových systémov
- rozšírené vyučovanie programovania (PLC, C#)
- posilnené praktické vyučovanie s využitím moderných technológií
- súvislá odborná prax vo firmách



Vo všetkých odboroch je štúdium bezplatné.

Srdečne Vás pozývame na Deň otvorených dverí školy
dňa 18. 2. 2020 v čase od 08.00 hod. do 16.00 hod.,
kde sa budete môcť stretnúť aj so zástupcami priemyselných spoločností.

Trojuholník škola – rodič – žiak III

Kolektív školy

Pri výbere školy je veľmi dôležitý jej kolektív, jej vedúci pracovníci, teda zamestnanci, ktorým denne zverujeme svoje deti.

Od kvality zamestnancov sa odvíja aj to, ako sa dieťa v škole cíti, ako v nej napreduje, aký má postoj k inštitucionálnizovanému vzdelávaniu. Kritérium kolektívu školy sa teda javí rodičom ako najdôležitejšie. Je o to naliehavejšie, keďže zo všetkých strán počujeme, že v školách sú nekvalitní učitelia, keďže sú nedostatočne zaplatení.

Ako laik posúdi kvalitu zamestnancov? Nemožno sa spoľahnúť na internetové referencie, príp. na klebety, nemôžu byť jediným zdrojom. Žiaľ, jeden nespokojný hlas má väčšiu silu ako piati spokojní, môže škole krivdiť. Ani informácie zo školského webu nie sú zárukou, majú sčasti marketingovú funkciu. Deň otvorených dverí (DOD) veľa naznačí, no užitočná je aj náhodná návšteva školy, pri ktorej si treba všimnúť, ako sa o vizuál školy pracovníci starajú, ako estetizujú priestory pre žiakov, či nekričia po žiakoch, či si ich všimajú aj cez prestávky a pod. Veľmi dôležitá je priama komunikácia a nie iba s vedením školy. Treba si všimnúť, ako reagujú na vaše otázky, ako vás počúvajú, ako sú otvorení v rozhovore. Odporúčam školu navštíviť s odbor-

níkom (učiteľom). Náhodná návšteva však nemusí byť dovolená. Preto využite pobyt v škole počas DOD na maximum a sledujte rôzne interakcie pedagógov s deťmi počas celej akcie. Určite sa možno spoliehať aj na prvotný pocit z návštevy školy, na intuíciu. Možno si zistiť stabilitu školského kolektívu, či nedochádza k častej fluktuácii zamestnancov. Neodporúčam riadiť sa rôznymi rebríčkami škôl či výsledkami z testovaní, nie sú obrazom personálu školy, iba čiastkovým hodnotením určitého aspektu školy.

Možnosť na posúdenie kolektívu školy máme teda minimálne. Dobrých učiteľov nám nemusí zaručiť ani súkromná škola, ktorá lepšie odmeňuje zamestnancov. Ak sa však aj stane, že po nastúpení vášho dieťaťa zistíte, že personál je problém, je veľmi dôležité byť aktívnym rodičom školy, zapájať sa do aktivít, navrhovať zmeny, vstupovať do samosprávnych funkcií školy, a tak školu meniť. Možno práve spolupráca učiteľov a rodičov by predišla strachu z nesprávneho výberu školy. Ak by však pochybnosti o pretrvávali, existujú isté možnosti, ako mať dieťa doma a individuálne ho vzdelávať. To je však osobitná téma. Dôležité je uvedomiť si, že ste rodičia detí, na ktorých vám záleží, a preto by ste mali participovať na fungovaní školy a školstva vôbec.

» **PhDr. Ján Papuga, PhD.**
učiteľ ZŠ s MŠ



zvolensko@regionpress.sk

Volby v nemocnici

Posledný februárový deň máte možno plánovaný pobyt v nemocnici, možno budete mať službu. Napriek tomu, voliť budete môcť.

Nemocničné zariadenia spravidla vo volebný deň pre chodiace pacientov a personál zriaďujú volebnú miestnosť, pre imobilných je v nemocniciach možnosť voliť do prenosnej schránky. S jednou jedinou výnimkou – ak neležite v nemocnici vo svojom volebnom obvode, musíte mať volebný čiže hlasovací preukaz. A k tomu preukaz totožnosti – občiansky preukaz. Tie volebnej komisii komisii musí volič predložiť.

Pacientov, ktorí sú pripútaní na lôžko, navštívi, ak o to požiadať službu konajúcu zdravotnú sestru, príslušná okrsková volebná komisia a umožní im hlasovanie do prenosnej schránky.

Hlasovací preukaz si pacient včas vopred vybaví sám alebo prostredníctvom inej osoby v mestskej časti, kde má nahlásené trvalé bydlisko. Pre bližšie informácie je potrebné osloviť príslušný miestny úrad.

Podmienky a spôsob požiadania o hlasovací preukaz:

- osobne v čase úradných hodín obce/mesta trvalého pobytu najneskôr posledný pracovný deň pred konaním

volieb,

- v listinnej forme, žiadosť musí byť doručená na adresu obce/mesta trvalého pobytu najneskôr 15 pracovných dní pred dňom konania volieb,

- elektronicky, žiadosť musí byť doručená na elektronickú adresu obce/mesta trvalého pobytu najneskôr 15 pracovných dní pred dňom konania volieb, - splnomocnenou osobou najneskôr posledný deň pred konaním volieb, (je potrebné úradne overené splnomocnenie, splnomocnená osoba potvrdzuje prevzatie preukazu svojím podpisom).

Žiadosť musí obsahovať meno a priezvisko, rodné číslo, štátnu príslušnosť, adresu trvalého pobytu (obec, ulica, číslo domu), prípadne korešpondenčnú adresu osoby, ktorá žiada o hlasovací preukaz.

Splnomocnenie obsahuje meno a priezvisko, rodné číslo, štátnu príslušnosť, adresu trvalého pobytu (obec, ulica, číslo domu) splnomocniteľa, rovnako obsahuje aj meno a priezvisko, číslo občianskeho preukazu a štátnu príslušnosť osoby, ktorá je splnomocnená na prevzatie hlasovacieho preukazu za splnomocniteľa.

» red

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

»ČZ-Jawa odkúpim motocykel/diely- dohoda istá. Tel: 0908205521

»Kúpim staré mopedy, pi-onier, babeta, stadion aj diely. Tel: 0949154017

03 BYTY / predaj

»Predám 2 izb. byt v centre ZV, 53m2, hotovosť. Tel: 0904354916

04 BYTY / prenájom

»Vezmem do prenájmu 1-izb. Byt vo ZV. Tel: 0910446906

»Prenajmem 1 izb. Byt v Detve – Novosady. Tel: 0915966999

»Hľadám prenájom vo ZV. Tel: 0908618202

»Dám do prenajmu garsonku v centre ZV. Tel: 0915219410, 045/5445283

05 DOMY / predaj

»Predám RD v Kriváni. Tel: 0903479450

»Predám udržiavaný RD, 7km od ZV so záhradou. Tel: 0904354916

»Predám 3 generálny RD v BB časť Skubín, cena 259.000€. Tel: 0944074558

»Predám chatu na Kordí-koch, potôčik preteká cez pozemok, cena 59.000€. Tel: 0944074558

06 POZEMKY / predaj

»Kúpim dom vo ZV, do 20.000€. Tel: 0908855513

»Kúpim Váš dom, byt. Plalba v hotovosti. Tel: 0944630600

»Prenajmem skladové a obchodné priestory 260m2 vo ZV. Tel: 0905518454

»Kúpim RD v pôvodnom stave so záhradou, okolie ZV, BB. Tel: 0944074558

»Predám veľký 3 generálny RD so záhradou v BB. Tel: 0944074558

»Predám záhradu s chatkou v osobnom vlastníctve v osade Hájk 1. Tel: 0905346314

08 STAVBA

09 DOMÁCNOSŤ

»Bezplatné poradenstvo vody. Tel: 0903149447

»Predám nerezovú sifónovú fľašu na 35e málo používaná. Tel: 0910532877

»Predám rýchlovárnú kanvicu BRAVO NELA1L za

Chcete si podať inzerát?
Návod nájdete na strane 7 dolu.

Nedovoľme zlu zvíťaziť

Na nedávnom stretnutí s občanmi sedeli v zadu v plnej miestnosti dvaja muži. Počas diskusie sa dosť ozývali, ale vždy slušne. Trápili ich najmä neférovosť a korupcia. V mnohom sme sa zhodli - napríklad, aké dôležité bude zvoliť dobrého generálneho prokurátora.

Rozumeli sme si až do momentu, keď sa ma opýtali, prečo som nehlasoval za zavedenie hmotnej zodpovednosti politikov. Tento návrh som nielenže podporil, ale som ho dvakrát do parlamentu predložil. Nehlasoval som len za návrh kotlebovcov, pretože za návrhy fašistov sa v demokracii nehlasuje.

Po skončení mítingu sa ma prišli opýtať prečo považujem ĽS NS za fašistov. Povedal som, že preto, lebo sa tak prejavujú. Ich členovia majú na hrudi vyteované hákové kríže, politiku stavajú na šírení nenávisti a Slovensko chcú zahnať opäť do medzinárodnej izolácie.

Najnovší prieskum ukázal, že Smer, naša koalícia PS/SPOLU, Kiskova strana a fašisti majú šancu vyhrať voľby. Hrozí nám, že dnešnú vládu oligarchov a mafie nahradí niečo ešte horšie: vláda oligarchov, mafie a fašistov. Nesmieme to dovoliť. Vo voľbách musíme kotlebovcov poraziť.

Extrémisti nie sú žiadnou zmenou. Ich štvorročné gazdovanie na banskobystrickej župe ukázalo, že si so Smerom budú pri kradnutí peňazí dobre rozumieť. Na spoluprácu sa pripravujú už dnes: spoločnými hlasovaniami v parlamente aj zblížovaním poslancov oboch strán.

Nechcem sa 1. marca zobudiť s pocitom, že sme urobili málo. Preto choďme po Slovensku a hovoríme s ľuďmi. Len minulý týždeň sme usporiadali 22 podujatí a 35 krát sme boli v uliciach. Chodíme aj do obcí, kde skoro všetci volili Kotlebu a kde živého politika nevideli. Nevzdáme sa. Podíme do nich. Podíme ukázať, že je nás viac.

Chcem vás preto poprosiť o jednu vec. Ak nám dôverujete, ak veríte našim kandidátom, programu a hodnotám a ste ochotní prepáčiť nám aj naše nedostatky, hovorte s ľuďmi o tom, prečo volíte PS/SPOLU. Fašisti naozaj môžu vyhrať voľby. Ale pravda je, že vyhrať ich môžeme aj my. S vašou podporou.



Miroslav Beblavý

programový líder koalície PS/SPOLU
predseda SPOLU – občianska demokracia

Zelenina cisárov - pór

Na viacerých miestach sa o ňom zmieňuje dokonca aj Starý zákon. Na stole rímskych cisárov bol tak isto nesmierne obľúbený. A známy rímsky cisár Nero ho vraj miloval natoľko, že podľa tejto zeleniny dokonca dostal aj prezývku.

Pór je bohatý na draslík, znižuje krvný tlak a hladinu zlého cholesterolu, zároveň však zvyšuje hladinu dobrého cholesterolu, čím brzdí aterosklerotický proces a ďalšie srdcovo-cievne ochorenia. Pravidelná konzumácia póru s cesnakom tiež znižuje riziko rakoviny hrubého čreva a prostaty. Nezanedbateľný je preventívny účinok póru pri chorobách žíl, pretože bráni vytváraniu krvných zrazenín. Keďže pór patrí k diuretikám, odporúča sa aj ľuďom trpiacim na dnu a reumatizmus.

Pór je navyše prirodzenou zbraňou proti baktériám a hubám. Ak naša strava pozostáva prevažne z údenín, vyprážaných jedál, sladkostí a umelých sladených nápojov, žalúdok a horná časť tenkého čreva sa stávajú útočiskom celých kolónií baktérií a húb, ktoré sa tam závratnou rýchlosťou množia. Pór je ideálna zelenina pre starších a seniorov, pretože im zlepšuje črevnú flóru.

Ženy trpiace opakovanými zápalmi močového mechúra by mali častejšie konzumovať pór. Horčicový olej alicín sa vylučuje cez obličky do močového mechúra a tam môže naplno rozvinúť

svoje antibakteriálne účinky.

Účinné látky v póre pôsobia proti nadmernému zahusťovaniu krvi, riešia krv a zabezpečujú, aby sa nehromadila v dutinách nepružných ciev. Pór patrí k najúčinnnejším druhom zeleniny proti starobným zmenám ciev.

Vysoký obsah vitamínu K v póre aktivuje osteokalcín, bielkovinu, ktorá je životne dôležitá pre zdravie kostí.

Pór je dobrým zdrojom alylsulfidov, ktoré môžu inhibovať dráhy spojené s tvorbou malígnych nádorov. Môže tiež znížiť riziko rakoviny prostaty, hrubého čreva a vaječníkov. Spotreba póru v primeraných množstvách chráni vaše oči pred šedým zákalom a vekom podmienenou makulárnou degeneráciou (strata centrálného videnia).

Pretože pór obsahuje väčšie množstvo solí kyseliny šťavelovej, nie je vhodný pre ľudí, ktorí majú choré obličky a žľazníky.



» red

DRACULA FIGHT NIGHT 2

29. FEBRUÁR 2020 | BANSKÁ BYSTRICA

ŠPORTOVÁ HALA ŠTIAVNICKÝ

LÍSTKY DOSTUPNÉ NA

predpredaj sk



zvolensko@regionpress.sk

Inzulínová rezistencia a jej následky

Inzulín je hormón, ktorý sa vylučuje v pankrease, podžalúdkovej žľaze. Jeho úlohou je udržiavať hladinu cukru v tele v optimálnom rozpätí. Ale jeho úloha v udržaní vnútorného prostredia sa týka aj metabolizmu tukov, bielkovín a minerálnych látok.

Inzulínová rezistencia je stav, keď sa v tele nedokáže dobre využívať vytvorený inzulín, alebo bunky na už vytvorený ne reagujú dostatočne. V jej dôsledku sa pozvoľne začne meniť vnútorné prostredie, ako prvý a najjasnejší príznak je vzostup hladiny cukru v krvi. Následne začne podžalúdková žľaza tvoriť viac inzulínu, aby zoptimalizovala hladinu krvného cukru, čo sa aj rôzne dlhú dobu darí. Postupne sa ale kompenzačné mechanizmy vyčerpávajú, pankreas nie je schopný pokrývať požadované nároky a inzulínu začne byť nedostatok a hladina krvného cukru stúpa a objaví sa cukrovka.

Inzulínová rezistencia ale súvisí aj s vysokou hladinou tukov, obezitou a je jedným zo spúšťačov srdcovo-cievnych ochorení, má súvis aj so stukovatením pečene, syndrómom polycystických ovárií (vaječníkov), neplodnosťou a niektorými nádorovými ochoreniami. Pôvodne ochranná funkcia syndrómu inzulínovej rezistencie v minulosti (ako napríklad

ukladanie tuku na dlhšie obdobia hladu), sa v súčasnosti mení na negatívnu so zvýšením rizika civilizačných chorôb.

K hromadným prejavom syndrómu došlo až v poslednej dobe, charakterizovanej

- energetickým nadbytkom pri sedavom spôsobe života,
- dostatkom energetických substrátov potravou v západnom štýle života,
- nedostatok pohybu.

Jeho výskyt aj prejavy zvyšuje nesprávny životný štýl, hlavne zvýšený energetický príjem potravou a znížený energetický výdaj pri sedavom spôsobe života s minimálnou fyzickou aktivitou.

Predísť uvedeným potenciálnym ochoreniam je možné zaradením pravidelnej fyzickej aktivity, znížením vnútrobrušného tuku, sledovaním si obvodu pása, znížením cukru v strave – najprv jednoduchých cukrov hlavne v podobe rafinovaného cukru, dostatkom spánku a ak je to potrebné, aj liekmi.

» **MUDr. Adriana Ilavská, PhD., MBA, MPH**
Diabetologička, odborníčka na poruchy metabolizmu a výživy



BEZPEČNOSTNÉ
OCEĽOVÉ DVERE

ZIMNÁ AKCIA od **330 €**
s montážou
len do vypredania zásob



0910 515 510, 0902 337 227

www.real-therm.sk

www.hi-sec.sk

EKOKANAL 0908 967 587, 0911 967 587

NON-STOP

- Čistenie kanalizácií a odtokov
- Inspekcia potrubia kamerou
- Čistenie lapačov tukov
- Tlakové skúšky potrubia
- Bezvýkopové opravy - výkopové opravy kanalizácií
- Frézovanie kanalizačných potrubí
- Vyhľadávanie kanalizač. trás detektorom
- Lokálne bezvýkopové opravy

VÝROBA SCHODOV

- interiérové - exteriérové

BRÁNY, PLOTY samonosné, dvojkrídlové

PRÍSTREŠKY, PREKRYTIE terás

ZÁBRADLIE interiérové - exteriérové

BRIKETY

VALEC Smrek	9 x 27 cm, bal. 5ks/10kg	2.20 EUR / 10kg	200 EUR/t
VALEC tvrdé drevo	9 x 29 cm, bal. 5ks/10kg	2.20 EUR / 10kg	200 EUR/t
TEHLA Buk 80% + Breza	6x9x15 cm, bal. 12ks/10 kg	2.10 EUR / 10kg	200 EUR/t
TEHLA Buk 80% + Jeda	6x9x15 cm, bal. 12ks/10 kg	2.10 EUR / 10kg	200 EUR/t
TEHLIČKA Smrek	7x7x13 cm, bal. 16ks/8kg	1.60 EUR / 8kg	190 EUR/t

PELETY

SMREK TATRAS	EN+A1 6mm, 15kg/bal, 70 bal/pal	4.20 EUR / 15kg	264 EUR/t
SMREK VOSTOK	EN+A1 6mm, 15kg/bal, 70 bal/pal	3.90 EUR / 15kg	252 EUR/t
BUK 80%+JELŠA	EN+A1 6mm, 15kg/bal, 67 bal/pal	3.50 EUR / 15kg	230 EUR/t

KABA pelet s.r.o., Výdajný SKLAD: Majerská cesta 100, Banská Bystrica
www.kaba-pelet.sk info@kaba-pelet.sk 0905 705 785

**Občianska
riadková
inercia**

7e, málo používaná. Tel: 0910532877

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

»Ponúkam chovných kohútov na rozmnožovanie. Tel: 045/5321350

»Predám domáce vajcia. Tel: 0918438386

»Predám seno, slamu malé balíky. Tel: 0907624854

11 HOBBY A ŠPORT

12 DEŤOM

»Predám detskú odrážadlu - motorka 7 € a kočík pre bábiky 7 €. Tel: 0902809474

13 RÔZNE / predaj

»Predám zdvihák na NA, do dávku. Tel: 0905435258

14 RÔZNE / iné

»Pomôžem seniorom bez rodiny. Tel: 0904242138

15 HĽADÁM PRÁCU

»Hľadám prácu vo ZV a okolí, mám zdravot. Preukaz a potr. Minimum. Tel: 0908618202

»Hľadám akúkoľvek manuálnu prácu. Tel: 0940870790

16 ZOZNAMKA

»Sympatická päťdesiatnička hľadá priateľa. Tel: 0944476301



**Chcete si
podať
inzerát?**

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare:
RPmedzera ZV medzera
Číslo rubrikymedzera Text inzerátu

Príklad:
RP ZV 12 Predám kočík,
0987 654 321.

Spätnou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vyúčtuje váš mobilný operátor.

Cena je **0,60 € s DPH** za každých začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme.

TIP 1: Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v koľkých týždňoch chcete inzerovať.

TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, ZV zameňte za skratku novín, ktorú nájdete na druhej strane vľavo dolu. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

ZATEPLENIE
pováľ, stiech, stropov

**FÚKANOU TEPELNOU
IZOLÁCIU**

RÝCHLA, BEZODPADOVÁ MONTÁŽ

0905 863 780 - 0905 519 173

RI OKNA®
www.riplast.sk

**VEĽKÉ ZIMNÉ
ZĽAVY**
NAJLEPŠIE
CENY V ROKU

**PLASTOVÉ - HLINÍKOVÉ
DREVENÉ - DREVOHLINÍKOVÉ
OKNÁ A VCHODOVÉ DVERE**

INOHERM SALAMANDER
HAUSTÜREN AUS ALUMINIUM INDUSTRIE // PRODUKTE

tel. č. : 0915 816 929, 045 - 53 666 43

e-mail : zvolen@riplast.sk

Ul. 29. augusta č. 4151, Zvolen
(oproti farby-laky "Beličková")



Inercia

0907 727 201

**PREDÁVATE BYT, DOM,
POZEMOK, GARÁŽ A INÉ?**

- Tržné ohodnotenie vašej nehnuteľnosti
- Pomôžeme vám s ich predajom alebo prenájomom
- 10 ročné skúsenosti na trhu s nehnuteľnosťami
- Profesionálne právne, katastrálne a finančné služby

volajte **0903 419 623**

DOBROVOĽNÁ DRAŽBA

3 izbový byt

Detva

Najnižšie podanie: 65 800,00 EUR



Termín konania dražby:
dňa 20.02.2020 o 10:00 hod.

Miesto konania dražby:
Kongresová Sála I. DIXON Resort Congress Hotel & Aqualand, Švermova 32,974 04 Banská Bystrica, okres Banská Bystrica, Banskobystrický kraj.

Dražobná zábezpeka: 10 000,00 EUR

Predmet dražby: trojizbový byt o výmere 86,86 m², na ul. M.R.Štefánika v meste Detva. Byt č. 2 je na 1.p., vchod č. 6, v bytovom dome súpisné č. 3230. Podiel priestoru na spoločných častiach a zariadeniach bytového domu je o veľkosti 8686/57287. Spoluovlastnícky podiel na pozemku parc.č. 3881/11 je o veľkosti 8686/57287. Predmet dražby je evidovaný na LV č. 9830, k.ú. Detva.

Kontakt: 02/32202713, 0911 833 869,
bela@platitsaoplatti.sk, www.platitsaoplatti.sk

**platit
sa oplatti**

**dobrovoľné
dražby**

PONDELOK 27.1.2020

MARKÍZA 06:00 Teleráno **08:30** Zámena manželiek **09:50** Oteckovia **10:50** Susedské prípady **11:50** Rodinné prípady **12:55** NCIS - Národný vyšetrovací úrad **14:55** Susedské prípady **15:50** Rodinné prípady **16:55** Šetríme spolu **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** Všetky moje ex **22:35** Šéfovia na zabitie **2 00:45** NCIS - Národný vyšetrovací úrad **02:15** Polícia Battle Creek **03:35** Susedské prípady **04:55** TELEVÍZNE NOVINY

TV JOJ 05:05 NOVINY TV JOJ **05:40** KRIMI **06:15** RANNÉ NOVINY **08:30** SÚDNA SIĚŇ **09:50** SÚDNA SIĚŇ **10:50** Pod povrchom **14 12:00** NOVINY O 12:00 **12:30** TOP STAR **12:45** IQ TAXI **13:20** INKOGNITO **14:25** SÚDNA SIĚŇ **15:25** POLICAJTI V AKCII **17:30** NOVINY **17:55** MOJA MAMA VARÍ LEPŠIE AKO TVOJA **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:25** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** INKOGNITO **21:45** INKOGNITO **23:00** S PRAVDOU VON **00:25** Myšlienky vraha I. **16 01:20** INKOGNITO **02:20** NOVINY TV JOJ **02:55** TOP STAR **03:10** Kutyl s.r.o.

:1 RTVS 05:40 Správy RTVS „N“ **07:00** Postav dom, zasad' strom **07:30** Ranné správy RTVS **08:50** Na krok od neba **09:55** Zajtrajšie noviny **10:50** Duel **11:20** 5 proti 5 **12:20** Dámsky klub **14:00** Folklorika **14:25** Don Matteo **15:30** Úžasná záhrady **16:35** Na krok od neba **17:45** Duel **18:20** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Borg/McEnroe **22:15** Reportéri **22:50** Prípady 1. oddelenia **23:50** Don Matteo **00:45** Zajtrajšie noviny **01:30** Borg/McEnroe **03:15** Dámsky klub **04:45** Správy RTVS „N“

PIATOK 31.1.2020

MARKÍZA 06:00 Teleráno **08:30** Varte s nami **08:40** Zámena manželiek **09:55** Oteckovia **10:55** Susedské prípady **11:55** Rodinné prípady **13:00** NCIS - Národný vyšetrovací úrad **14:55** Susedské prípady **15:55** Rodinné prípady **16:55** Šetríme spolu **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** Dobré vedieť! **22:45** SEALS: S nasadením života **00:50** NCIS - Národný vyšetrovací úrad **02:20** Polícia Battle Creek **03:40** Susedské prípady

TV JOJ 05:05 NOVINY TV JOJ **05:40** KRIMI **06:15** RANNÉ NOVINY **08:30** SÚDNA SIĚŇ **09:40** SÚDNA SIĚŇ **10:50** Pod povrchom **18 12:00** NOVINY O 12:00 **12:25** TOP STAR **12:45** IQ TAXI **13:20** NOVÝ ŽIVOT **14:25** SÚDNA SIĚŇ **15:20** POLICAJTI V AKCII **17:30** NOVINY **17:55** MOJA MAMA VARÍ LEPŠIE AKO TVOJA **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:25** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** Lovci pokladov **9,10,11 23:30** Mike a Dave zháňajú baby **01:40** Pekelná jazda **03:00** KRIMI **03:25** NOVINY TV JOJ **04:00** Kutyl s.r.o. **04:45** Prvé oddelenie

:1 RTVS 05:55 Správy RTVS **07:00** Folklorika **07:30** Ranné správy RTVS **09:00** Na krok od neba **10:00** Zajtrajšie noviny **10:55** Duel **11:20** 5 proti 5 **12:20** Dámsky klub **13:55** Folklorika **14:25** Don Matteo **15:30** Úžasná záhrady **16:35** Na krok od neba **17:45** Duel **18:15** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Čo ja viem MN 12 (Slovenská republika) **2019 22:00** Cestou necestou **22:35** Drsný Harry Klasický krimi-thriller s Clintom Eastwoodom. MN 15 (Spojené štáty americké) **1971 00:15** Don Matteo **01:10** Zajtrajšie noviny

UTOROK 28.1.2020

MARKÍZA 06:00 Teleráno **08:30** Svadba na prvý pohľad **09:45** Oteckovia **10:50** Susedské prípady **11:45** Rodinné prípady **12:50** NCIS - Národný vyšetrovací úrad **14:45** Susedské prípady **15:50** Rodinné prípady **16:55** Šetríme spolu **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** Utajený šéf **21:45** Zámena manželiek **23:00** Rodinné prípady **23:55** NCIS - Národný vyšetrovací úrad **01:45** Polícia Battle Creek

TV JOJ 05:05 NOVINY TV JOJ **05:40** KRIMI **06:15** RANNÉ NOVINY **08:30** SÚDNA SIĚŇ **09:35** SÚDNA SIĚŇ **10:50** Pod povrchom **15 12:00** NOVINY O 12:00 **12:30** TOP STAR **12:45** IQ TAXI **13:20** INKOGNITO **14:25** SÚDNA SIĚŇ **15:30** POLICAJTI V AKCII **17:30** NOVINY **17:55** MOJA MAMA VARÍ LEPŠIE AKO TVOJA **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:25** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** NOVÝ ŽIVOT **21:40** FBI **22:50** C.S.I.: Kriminálka Miami IX. **10 23:45** Myšlienky vraha I. **17 00:45** NOVÝ ŽIVOT **02:15** NOVINY TV JOJ **02:50** Kutyl s.r.o.

:1 RTVS 06:05 Správy RTVS „N“ **07:05** Folklorika **07:30** Ranné správy RTVS **08:50** Na krok od neba **09:55** Zajtrajšie noviny **10:50** Duel **11:20** 5 proti 5 **12:00** Správy RTVS **12:20** Dámsky klub **13:55** Folklorika **14:25** Don Matteo **15:30** Úžasná záhrady **16:35** Na krok od neba **17:45** Duel **18:20** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Kolonáda **21:25** Umenie zločinu **22:20** Zákon a poriadok **23:05** Don Matteo **23:55** Zajtrajšie noviny **00:40** Umenie zločinu **01:35** Slovensko v obrazoch **02:00** Dámsky klub **03:30** Správy RTVS

SOBOTA 1.2.2020

MARKÍZA 06:00 TELEVÍZNE NOVINY **06:55** Priatelia Toma a Jerryho **07:35** Nové dobrodružstvá Toma a Jerryho **07:55** Nena-praviteľný klamár **09:35** Tarzan **12:20** CHART SHOW **14:10** Rýchlo a zbesilo **2 16:15** Ninja korytnačky **18:20** Smotánka **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:15** Športovec mesiaca **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** Harry Potter a Dary smrti 1 **23:15** Bleskový muž **01:00** SEALS: S nasadením života **02:50** Bleskový muž **04:15** Susedské prípady

TV JOJ 05:05 NOVINY TV JOJ **06:00** KRIMI **06:30** NOVINY TV JOJ **07:20** SpongeBob SquarePants IX. **22 07:50** Labková patrila II. **22 08:20** NAŠI II. **13,14 10:50** Dovidenia, stará mama! **7,8 11:00** MILÁČIKOVO **15 11:40** Ladové ostrie **13:50** Strážcovia Galaxie **16:25** Pán a pani Smithovci **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:25** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** Rozum v hrsti **22:00** VŠETKO ČO MÁ ANDER RÁD **23:05** Najomný vrah **01:15** Maggie **03:10** NOVINY TV JOJ **03:45** Kutyl s.r.o. **4 04:30** Kutyl s.r.o. II. **13**

:1 RTVS 05:50 Správy RTVS „N“ **06:45** Yakari V **07:00** Štyria kamaráti a pes **07:45** Elena z Avaloru **08:45** Fidlibumove rozprávky **09:40** Daj si čas **10:10** Nájdí si ma v Paríži **10:40** Operácia AU! **11:45** On air **12:10** Zem spieva **14:10** Čo ja viem **15:45** Grand hotel **17:50** Cestou necestou **18:25** Postav dom, zasad' strom **19:00** Správy RTVS **20:30** Zem spieva **22:25** Neskoro večer **23:20** Musíš mi veriť **00:55** Grand hotel **02:20** Nájdí si ma v Paríži **02:50** Operácia AU! **03:20** On air **03:40** KULTÚRA.SK **04:05** Folklorika

STREDA 29.1.2020

MARKÍZA 06:00 Teleráno **08:30** Zámena manželiek **09:50** Oteckovia **10:55** Susedské prípady **11:55** Rodinné prípady **13:05** NCIS - Národný vyšetrovací úrad **14:55** Susedské prípady **15:55** Rodinné prípady **16:55** Šetríme spolu **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** CHART SHOW **22:35** Ide len o sex **00:45** NCIS - Národný vyšetrovací úrad **02:15** Polícia Battle Creek **03:35** Rodinné prípady **04:55** TELEVÍZNE NOVINY

TV JOJ 05:05 NOVINY TV JOJ **05:40** KRIMI **06:15** RANNÉ NOVINY **08:30** SÚDNA SIĚŇ **09:35** SÚDNA SIĚŇ **10:50** Pod povrchom **16 12:00** NOVINY O 12:00 **12:30** TOP STAR **12:45** IQ TAXI **13:20** NOVÝ ŽIVOT **14:20** SÚDNA SIĚŇ **15:30** POLICAJTI V AKCII **17:30** NOVINY **17:55** MOJA MAMA VARÍ LEPŠIE AKO TVOJA **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:25** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** NOVÝ ŽIVOT **21:40** FBI **22:50** C.S.I.: Kriminálka Miami **23:45** Myšlienky vraha I. **18 00:45** NOVÝ ŽIVOT **01:50** KRIMI **02:10** NOVINY TV JOJ **02:50** Kutyl s.r.o.

:1 RTVS 06:05 Občan za dverami **06:30** Reportéri **07:05** Folklorika **07:30** Ranné správy RTVS **08:50** Na krok od neba **09:55** Zajtrajšie noviny **10:50** Duel **11:20** 5 proti 5 **12:20** Dámsky klub **13:55** Folklorika **14:25** Don Matteo **15:30** Úžasná záhrady **16:40** Na krok od neba **17:50** Duel **18:20** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Vraždy v Orléans **22:00** Som len policajtká **23:40** Don Matteo **00:30** Zajtrajšie noviny **01:15** Vraždy v Orléans **02:45** Autosalon **03:15** Dámsky klub **04:45** Správy RTVS „N“

NEDEĽA 2.2.2020

MARKÍZA 06:00 TELEVÍZNE NOVINY **06:55** Priatelia Toma a Jerryho **07:10** Nové dobrodružstvá Toma a Jerryho **07:55** Zajac Bugs a káčer Duffy idú na výlet **09:20** Mačky a psy 2: Pomsta Kitty Galore **10:55** Ninja korytnačky **13:00** Na telo **13:45** Dobré vedieť! **16:10** Harry Potter a Dary smrti 1 **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** San Andreas **22:45** Pomstím tvoju smrť **00:35** San Andreas **02:35** Pomstím tvoju smrť **04:55** TELEVÍZNE NOVINY

TV JOJ 05:20 NOVINY TV JOJ **06:05** KRIMI **06:35** NOVINY TV JOJ **07:25** SpongeBob SquarePants IX. **23 07:55** Labková patrila II.: PREMIÉRA **23,24 08:40** Lovci pokladov **9,10,11 11:35** V hlave **13:35** Hrdina Max **16:05** GURMÁNI ULICE 5 **16:50** NA CHALUPE **17:50** NOVÉ BÝVANIE **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:25** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** V SIEDMOM NEBI **22:40** Spása **00:35** Ja, moje druhé ja a Irena **03:05** KRIMI **03:30** Kutyl s.r.o. II. **04:00** Kutyl s.r.o. II. **14**

:1 RTVS 06:10 Priateľ pes **06:40** Yakari **06:55** Štyria kamaráti a pes **07:40** Elena z Avaloru **08:15** Levia stráž **08:35** Zázračný ateliér **09:05** Táraninky **09:30** Inštalácia biskupa Východného dištriktu ECAV **11:55** O 5 minút dvanásť **13:00** Občan za dverami **13:35** Poirot: Karty sú na stole **15:10** Zlaté časy **16:20** „Hodíme se k sobě, miláčku?“ **18:15** Tajomstvo mojej kuchyne **19:00** Správy RTVS **20:30** Hniezdo **21:30** Tisícročná včela **22:25** Vrchný inšpektor Banks **23:55** Poirot: Karty sú na stole **01:30** „Hodíme se k sobě, miláčku?“

ŠTVRTOK 30.1.2020

MARKÍZA 06:00 Teleráno **08:30** Utajený šéf **09:50** Oteckovia **10:50** Susedské prípady **11:50** Rodinné prípady **12:50** NCIS - Národný vyšetrovací úrad **14:45** Susedské prípady **15:50** Rodinné prípady **16:55** Šetríme spolu **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** Svadba na prvý pohľad **22:00** Rodinné prípady **22:55** NCIS - Národný vyšetrovací úrad **00:40** Polícia Battle Creek **02:10** Utajený šéf **03:15** Susedské prípady

TV JOJ 05:05 NOVINY TV JOJ **05:40** KRIMI **06:15** RANNÉ NOVINY **08:30** SÚDNA SIĚŇ **09:50** SÚDNA SIĚŇ **10:50** Pod povrchom **17 12:00** NOVINY O 12:00 **12:30** TOP STAR **12:40** INOVUJME SLOVENSKO **12:50** IQ TAXI **13:20** NOVÝ ŽIVOT **14:25** SÚDNA SIĚŇ **15:20** POLICAJTI V AKCII **17:30** NOVINY **17:55** MOJA MAMA VARÍ LEPŠIE AKO TVOJA **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** NOVÝ ŽIVOT **21:40** NA HRANE **22:30** SEDEM **23:20** Myšlienky vraha I. **19 00:20** NOVÝ ŽIVOT **01:25** KRIMI **01:55** NOVINY TV JOJ

:1 RTVS 06:05 Správy RTVS „N“ **07:05** Folklorika **07:30** Ranné správy RTVS **08:55** Na krok od neba **10:00** Zajtrajšie noviny **10:55** Duel **11:20** 5 proti 5 **12:00** Správy RTVS **12:20** Dámsky klub **13:55** Folklorika **14:25** Don Matteo **15:30** Úžasná záhrady **16:45** Na krok od neba **17:50** Duel **18:20** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Zlaté časy **21:30** Brexit **23:05** 3 pódia **00:10** Don Matteo **01:10** Brexit **02:40** Svet v obrazoch **03:05** Dámsky klub **04:35** Správy RTVS „N“



TIP NA SOBOTNÝ VEČER

1.2.2020 20:30

HARRY POTTER A DARY SMRTI 1

Čaj o piatej

Spojené kráľovstvo patrí k popredným konzumentom čaju, pričom najobľúbenejším čajom na britských ostrovoch je klasický čierny čaj podávaný s mliekom. Známu tradíciu v Anglicku je pitie popoludňajšieho čaju či „Čaju o piatej“.

Keďže večera sa v Anglicku podávala až neskoro večer, vo vyšších vrstvách sa v minulosti udomácnil zvyk pitia čaju o piatej. Podávali sa k nemu sendviče plnené najčastejšie uhorkou či lososom. Chýbať nesmelo ani drobné sladké čajové pečivo. Aj dnes je táto tradícia v Británii zaužívaná a obľúbená. Ak sa aj vy rozhodnete pripraviť si čaj o piatej, vychutnajte si ho spolu s chutným čajovým pečivom - prinášame vám naň dva recepty.

Mandľové sušienky

Suroviny: 200 g hladkej múky, 100 g mletých mandlí, 200 g masla, 100 g práškoveho cukru, 2 žltka, 1 KL citrónovej kôry, 1 hrst celých mandlí, práškový cukor na obalovanie

Postup: Z múky, mandlí, masla, cukru, žltok a citrónovej kôry vypracujeme cesto. Zabalíme ho do potravinárskej fólie a uložíme na hodinu do



ilustračné foto

autor mccartyv pixabay

chladničky. Potom cesto na kuchynskej doske rozvaľkáme na hrúbku asi 2 mm a vykrajujeme z neho kolieska prípadne iné tvary. Uložíme ich na plech vystlaný papierom na pečenie a do stredu každého vtlačíme mandľu. Pečieme v rúre vyhriatej na 180°C asi 8 minút. Po upečení obalíme v práškovom cukre.

Maslové sušienky

Suroviny: 300 g hladkej múky, 200 g masla, 100 g práškoveho cukru, 1 vajce, 1,5 KL vanilkového extraktu

Postup: V mise zmiešame cukor a múku. Vajce rozšľaháme a spolu so zmäknutým maslom a vanilkovým extraktom pridáme k suchej zmesi. Vymiešame hladké cesto, ktorým naplníme vrecko na zdobenie. Plech vystelieme papierom na pečenie a pomocou vrecka naň striekame venčeky, prípadne krúžky. Pečieme v rúre vyhriatej na 200°C asi 9 minút.

Čaj pripravujeme vždy čerstvý a pijeme ho po dúškoch

Vychutnajte si šálku voňavého čaju

Horúci čaj nás dokáže príjemne zahriať v chladných dňoch a vlažný zasa osviežiť počas letných horúčav. Je vhodnou voľbou, ak si chceme urobiť chvíľku pre seba a zrelaxovať, no funguje tiež ako liek.

Na svete je nespočetné množstvo čajov, stačí si len nájsť ten svoj. Vyberať by sme mali podľa príležitosti, pri ktorej chceme čaj piť ale i podľa toho, v ktorom čase počas dňa si ho budeme vychutnávať, či pri akom zdravotnom probléme nám má byť nápomocný.

Základné druhy čajov

Čaj sa získava spracovaním listov rastliny *Camellia Sinensis*, teda čajovníka. Ide o vždyzelený ker, ktorý dorastá v prírode do výšky od 5 do 15 metrov.

Čaje rozdeľujeme podľa toho, akým spôsobom boli listy spracované:

- čierny čaj, pri jeho spracovaní sa lístky mechanicky narušia a pri vysokej vlhkosti prebieha oxidácia pri teplote približne 30°C
- zelený čaj, v čase medzi odtrhnutím a spracovaním lístkov dochádza k minimálnej oxidácii
- polozelený čaj, v jeho prípade je oxidácia lístkov v rôznych fázach prerušená
- biely čaj, pri jeho spracovaní ide skôr o jemnú samovoľnú oxidáciu a čaj sa následne suší

Bylinkové čaje sa pripravujú z rôznych častí liečivých rastlín, ktoré pred tým prešli sušením, pripraví sa však dajú aj z čerstvých bylín.

Ovocné čaje obsahujú zväčša sušené ovocie a časti sušených rastlín. Ak sú kvalitné, tak by mal byť podiel sušeného ovocia vyšší ako 50% hmotnosti.

Kedy zvoliť aký čaj?

Ak pijeme čaj ráno, dokáže nás pozbudiť a naštartovať do nového dňa. Na tento účel sa odporúča najmä čierny čaj.



ilustračné foto

autor jsbaw7160 pixabay



ilustračné foto

autor xuanzi86410527 pixabay

Aby nám pomohol dosiahnuť požadovaný efekt, mali by sme ho lúhovať maximálne tri minúty. Počas dňa môžeme siahnuť po rôznych druhoch zelených čajov, prípadne zvoliť čaj ovocný. Večer môže byť zasa správnou voľbou napríklad čaj Rooibos, ktorý neobsahuje žiaden kofeín, takže nebudeme mať problém zaspať. Bylinkové čaje sú výborným pomocníkom pri rôznych ochoreniach, piť by sme ich však mali s rozumom, pretože aj dlhodobé pitie jedného druhu bylinkového čaju nám môže namiesto očakávanej pomoci skôr uškodiť. Odborníci radia piť jeden druh bylinkového čaju najviac dva týždne v kuse, potom je nutné urobiť si prestávku.

Správna príprava čaju

Väčšina ľudí si pripravuje čaj z nálevových vrecúšok. Ak tak robíme napríklad na pracovisku, je to veľmi jednoduchý, praktický a rýchly spôsob prípravy tohto chutného moku a nič tým isto nepokazíme. Ak si však chceme čaj skutočne vychutnať so všetkým, čo k tomu patrí,

mali by sme si urobiť čas a siahnuť skôr po čaji sypanom. Ten nám poskytne oveľa viac pôžitku, či už ide o samotný rituál jeho prípravy, ako aj jeho lepšiu a výraznejšiu chuť i vôňu. Ak k tomu pridáme chvíľku, ktorú si vyčleníme len pre seba, poďakuje nám iste i naša duša.

Na prípravu čaju by sme si mali zadovážiť sklenú ohňovzdornú nádobu. Vypeme do nej potrebné množstvo čaju a zalejeme horúcou vodou. V prí-

NÁŠ TIP

Aby sme vyťažili z liečivých účinkov čajov, čo najviac:

- mali by sme ich piť vždy čerstvo pripravené, nikdy ich neohrievať v mikrovlnnej rúre
- piť ich pomaličky, po malých dúškoch a najmä v pokoji, bez náhlenia.

pade zeleného čaju vodou po prevarení odstátou na 70 až 80 stupňov Celzia. Čaj lúhujeme 3 až 4 minúty. Takto pripravený čaj cez sitko prelejeme do keramickej nádoby, či šálky, ktorá dobre drží teplo.

Aj na prípravu bylinkových čajov by sme mali používať sypané bylinky. Čaj z nich zväčša pripravujeme tak, že si varíme len jednu, vždy čerstvú šálku. Potrebné množstvo danej byliny naberieme lyžičkou, vypeme do šálky, zalejeme vriacou vodou, prikryjeme a vylúhujeme potrebný čas, ktorý sa môže pri jednotlivých bylinkách líšiť. Potom čaj prelejeme cez sitko do druhej šálky, pričom sa vyhneme kovovému sitku. Nie všetky bylinkové čaje sa však pripravujú rovnakým spôsobom a preto si to treba overiť vždy podľa toho, o akú bylinu ide, prípadne sa poradiť s odborníkom.

STRANU PRIPRAVILA: RENÁTA KOPÁČOVÁ

Čo nové v Detve?

Takmer všetkých sa nás dotýka, aký je stav ciest v našom regióne. Banskobystrický samosprávny kraj v posledných dvoch rokoch investoval do rekonštrukcie ciest v Detvianskom okrese viac ako 637-tisíc eur, čo stačilo na opravu ôsmich kilometrov úsekov ciest II. a III. triedy. Kvalita ciest v našom okrese patrí k najlepším z celého kraja. Vo veľmi dobrom až vyhovujúcom stave je takmer osemdesiat percent ciest.

Tento rok pôjde na rekonštrukciu a výstavbu ciest II. a III. triedy z rozpočtu kraja viac ako 28 miliónov eur. Väčšina z tejto sumy bude rozdelená do trinástich okresov podľa stanoveného kľúča. Pre okres Detva vyšla suma viac ako 1,2 milióna eur.

V roku 2020 by sa v našom okrese mali rekonštruovať cesty II. a III. triedy: Hradná – Iviny, Slatinské Lazy – Viglašská Huta Kalinka a aj úsek do Podpolianskych strojární od štátnej cesty I/16. Neveľký úsek je naplánovaný v Klokoči. Medzi cestami, ktoré budeme opravovať je aj cesta z Piešťa na Budinú a Ábelovú. Nie je to už v našom okrese, ale v tesnom susedstve. V pláne sú aj úseky ciest medzi Hriňovou a Detvianskou Hutou a medzi Korytárkami a Hriňovou. Opravy sa dočkajú aj cesty z Podkriváňa na Starú Hutu a z Detvianskej Huty na Čechánky. V súčasnosti robíme iba tie úseky, ktoré sú v nevyhovujúcom alebo havarijnom

stave. Väčšina prác by mala byť hotová v roku 2020.

Popri rekonštrukcii už existujúcej siete ciest budeme pripravovať aj výstavbu nových, v našom okrese je to najmä obchvat Detvy. V tomto roku by sme chceli v prvom rade pripraviť štúdiu, ktorá by ukázala, kadiaľ obchvat môže ísť. Potom bude potrebné urobiť posudzovanie vplyvov na životné prostredie. Štúdia bude podkladom pre následný výkup pozemkov.

Dokončený obchvat, ktorým by sa odľahčila hustota dopravy v sídliskovej časti Detvy, sa v budúcnosti zaradí do krajskej siete ciest III. triedy. Do jeho výstavby investuje peniaze Banskobystrický samosprávny kraj, mesto Detva a aj investori v priemyselnom parku.



» Ján Šufliarský
primátor mesta Detva

DODÁVKA + OPRAVA
ŽALÚZIE
ROLETY, SIETKY
0903 810 097, hronkol@gmail.com

FRÉZOVANIE KOMÍNOV
Stavby - Fasádne 3-vrstvové
NEREZOVÉ KOMÍNY
ZADARMO nacenenie a dojazd až k Vám domov
0915 666 292

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE
REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV
SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA na materiál 30%
FRÉZOVANIE od 20€/bm
- PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV
- ZATEPLOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV
OBHĽADKA KOMÍNOV ZDARMA
0948 012 507 • www.profikominy.sk

Na policajnej stanici zvoní telefón pán policajt to zdvihne a hovorí - Dobrý deň, čo sa deje? Z telefónu sa ozve: - Mám v dome mačku! - Dobré dobre nekríčte! Len mačku veď ju vyhodíte von pani! - Ja nie som pani ja som papagáj!

Ženy naozaj vedia, ako držať slovo. Žena ma požiadala, aby som jej preniesol balzam na pery. A omylom som jej dal tubičku sekundového lepidla. Je to už mesiac a stále sa so mnou nerozpráva!

Spýtal som sa mojej dcéry, či by mi podala noviny. Povedala mi, že noviny sú stará škola. Povedala, že ľudia dnes používajú tablety a podala im iPad. Mucha ani iPad nemali šancu.

- Mami, neľakaj sa, ale som v nemocnici.
- Synu, prosím ťa. Si tam chirurg už 8 rokov. Môžeme začať naše telefonáty inak?

VÝROBA NÁBYTKU NA MIERU
vstavané skrine, kuchyne, komody,
kancelársky nábytok, posuvné dvere, posteľe

info@napilto.sk

www.napilto.sk

NAPILTO

0907 828 640

0918 853 144

PÍLENIE VEĽKOPLOŠNÝCH MATERIÁLOV
OLEPOVANIE ABS HRÁN

DVERE VCHODOVÉ
www.vchodove-dvere.sk 0917 678 746

15 - bodové zamykanie, zvukotesniaca a tepelnoizolačná výplň, oceľová zosilnená konštrukcia PVC povrchová úprava v dekore dreva.

ZÁRUČNÝ a POZÁRUČNÝ SERVIS



BALKÓNY • ZIMNÉ ZÁHRADY • PERGOLY

balkóny rámové bezrámové

zimné záhrady

zasklievanie terás

hliník. prístrešky

BioClimatic pergoly



splátky od 49 €



splátky od 149 €



splátky od 98 €



splátky od 99 €



splátky od 249 €

NOVOROČNÁ AKCIA

ZĽAVY AŽ DO 30%

Možnosť výhry 300 €

0948 787 777 | www.balkona.eu

Ku každej objednávke darček | Možnosť splátok s 0% úrokom

BALKONA
BALKÓNOVÉ A OKENNÉ SYSTÉMY

VÝROBA A PREDAJ kvalitných Slovenských DREVENÝCH PELIET



SK ENERGIA
s.r.o.

Hronská Dúbrava č. 165, tel.: 0905 715 615

PREDAJ OVOCIA A ZELENINY

AKCIA trvá od pondelka 27.1.2020 do soboty 1.2.2020

ZEMIAKY ŽLTÉ

voľný predaj



0,55 €/kg



JABLKÁ ČERVENÉ

rôzne odrody
balenie 5kg



0,59 €/kg



MRKVA

voľný predaj



0,49 €/kg



PETRŽLEN

voľný predaj



0,99 €/kg



PAPRIKOVÁ POMAZÁNKA 190g

(sladká, pikant, extra pikant)
na domáci spôsob



od 1,00 €/ks

ZAVÁRANINY

na domáci spôsob



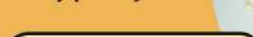
od 1,20 €/ks



Predaj tovaru v akciových cenách.

NOVÁ KVASENÁ KAPUSTA

na domáci spôsob
voľný predaj



0,69 €/kg



KEL

voľný predaj



0,79 €/kg



KAPUSTA BIELA

voľný predaj



0,39 €/kg



Ďalej Vám ponúkame široký sortiment ovocia a zeleniny a iného potravinárskeho tovaru

Čo nové vo Zvolene?

Sme hrdí na zásah našich mestských policajtov proti útočníkovi so strelnou zbraňou v ruke. Napriek tomu, že sa javil byť pod vplyvom omamných látok a nebolo zrejme, či zbraň nepoužije aj proti ochrancom verejného poriadku, títo nezaváhali. Odzbrojili ho, zaistili, pri následnej prehliadke uňho dokonca objavili drogy.

Keď sa v roku 2015 chopil funkcie náčelníka mestskej polície Juraj Chabada, dostal neľahkú úlohu – kompletne zmeniť prácu našich policajtov a ich vnímanie v očiach Zvolenčanov. S odstupom takmer piatich rokov je zrejme, že sa mu darí, čo okrem iného dokazujú viaceré projekty uskutočnené v prospech zlepšenia ochrany bezpečnosti a majetku našich obyvateľov.

Spomením postupné rozširovanie kamerového systému. Len nedávno pribudli hneď dve kamery v lokalite Balkán – umiestnené sú priamo pri tamjšej problémovej bytovke. Zábery z nich už neraz poslúžili na okamžité vyslanie hliadky, ktorá mohla veľmi rýchlo zakročiť voči narušiteľom verejného poriadku. V tejto súvislosti spomeniem aj to, že sa nám podarilo zaradiť do pracovného pomeru hneď štyroch zdravotne postihnutých jednotlivcov – obsluhujú celý kamerový systém. Nielenže si svoju prácu vážia a odvádzajú vynikajúcu prácu, kamerový systém už viac neviaže prítomnosť policajtov, tých teda môžeme poslať priamo do ulíc, kde je ich prítomnosť najpotrebnejšia.

Ak hovoríme o úspešných projektoch, nemožno obísť ani občianske hliadky, ktoré sme zaviedli pred dvomi rokmi. Ide o predĺženú ruku mestskej polície najmä v problémových lokalitách. Za dva roky od spustenia projektu sa napríklad zlepšila situácia v okolí železničnej stanice, kde pred ich

nástupom bolo možné prakticky v ktorúkoľvek dennú hodinu vidieť sociálne slabšie skupiny ľudí požívať alkohol a obťažovať okoloidúcich. Nehovoriac, koľkým krádežiam sa podarilo zabrániť, rýchlym zásahom dokonca niekoľkokrát pomohli k záchrane životov Zvolenčanov.

Naštartovali sme projekt „Spoznaj svojho policajta“ – obyvatelia každej z našich ulíc majú „prideleného“ svojho ochrancu verejného poriadku. Policajti vo svojich „rajónoch“ hľadajú častejšie ako v iných častiach mesta, za približne dva roky fungovania projektu svoje územie dôkladnejšie spoznali, začali viac komunikovať s ľuďmi. Zvolenčania si pochvalujú, že ich v okolí svojich bydlísk vidajú častejšie a že v prípade potreby vedia, na koho sa obrátiť.

Len nedávno policajti zakúpili defibrilátor, aby mohli účinnejšie chrániť zdravie a život Zvolenčanov či návštevníkov nášho mesta. Spoločne s členmi občianskych hliadok následne absolvovali školenie na jeho použitie, sú tak pripravení ho použiť, ak by si to situácia vyžadovala.

Výborný zásah proti útočníkovi, spomínaný v úvode článku, tiež nebol dielom náhody. Naši policajti sa pod vedením nového náčelníka viac pripravujú takticky, absolvojú rôzne školenia a prípravu na podobné hraničné situácie. V tomto prípade zúročili svoje vedomosti a skúsenosti a je možné, že rýchlym zásahom zabránili obrovskej tragédii. Podotýkam, že tak robili s nasadením vlastného zdravia a možno aj života, veď útočník mal v rukách strelnú zbraň. Cením si ich prácu a v mene všetkých Zvolenčanov im za ňu chcem poďakovať.

» Lenka Balkovičová
primatorka@zvolen.sk

Spomienka...

*Keby sa dalo zavolať do neba,
povedať, ako smutno je bez Teba.
Keby sa dalo vrátiť čas, pohľadiť,
počuť Tvoj hlas, stretnúť sa s Tebou zas...*

Náša drahá mamka, starká, babka, prababka



Anna Mistríková

2. februára 2018 sme ňu odprevadili na Tvojej poslednej ceste a my sa nevieme zmieriť s Tvojou stratou. Stále spomíname na Tvoju dobrotu, lásku, pomoc, pracovitost', obetavosť. Dcéra Eva s manželom, vnúčatá Miriam a Ivan s rodinami. Kto ste ju mali radi, venujte jej tichú spomienku.

Nezabúdajte na svojich blížnych

BLAHOŽELANIA • SPOMIENKY • POĎAKOVANIA



Texty s fotografiami nám môžete posilať mailom:
zvolensko@regionpress.sk
alebo osobne na adrese:
Dukelských hrdinov 1, Zvolen

VOLNIJ + DON

SÓLISTI DONSKEHO KOZÁCKEHO CHÓRU • ROSTOV NA DONE • RUSKO A ICH HOSTIA



KALINKA 2020



Koncertný program **KALINKA 2020** prináša tradičné piesne donských kozákov, známe ruské melódie, hostia programu Svetlenu Vadko, ktorá maľuje obrazy pieskom.



3. február 2020

Divadlo J.G. Tajovského
ZVOLEN 18.30h

Pokladňa DJGT Zvolen, Divadelná 3
tel: 045 55 51 226

4. február 2020

Dom kultúry
VEĽKÝ KRTÍŠ 19.00h



MsKS Veľký Krtíš,
www.msks.velky-krtis.sk



Zámocký ples

21. február 2020 o 19:00

Chceli by ste sa preniesť v čase a cítiť sa aspoň nachvíľu ako králi? Zámok Víglaš je na to ako stvorený! Srdečne Vás pozývame na 5. ročník Zámockého plesu.

Tešiť sa môžete na:

- ◆ Historický program v podaní skupiny Vir Fortis
- ◆ Hlavný hosť večera Robo Opatovský
- ◆ Slávnostná dobová večera
- ◆ Neskorá večera formou bufetových stolov
- ◆ Zábava s Dj-om do rána
- ◆ Bohatá tombola
- ◆ Ohňostroj

Dress code: dobový kostým

* Vstupenky je možné zakúpiť na recepcii hotela.

** Cena platí pri ubytovaní v izbe Classic s raňajkami a 2-hodinovým vstupom do wellness.

Cena vstupenky:

89 €
/osoba*

Cena s ubytovaním:

139 €
/osoba**



Prijmeme
UPRATOVAČKY
Zvolen
0905 625 244

Hľadáme
TRAKTORISTU
zo Zvolena
a okolia
(aj dôchodca)
tel.: **0908 928 779**

A.I.I. Technické služby s. r. o. prijme ihneď
• Ručný pracovník – ruč. čistenie – 680 € mesačne brutto + príplatky
• VODIČ "B" "T" – 980 € mesačne brutto + príplatky
• VODIČ "C" – od 1.300 € mesačne brutto + príplatky
Zimná údržba ciest a komunikácií v BA
Miesto výkonu práce BRATISLAVA
0948 / 374 149, dispecing2@aii.sk
Základná zložka mzdy
+ príplatky a ODMENY
UBYTOVANIE ZADARMO – NÁSTUP IHNEĎ

PRACOVNÁ PONUKA:
Prijmeme na TPP dievčatá 18-40 rokov:
SPOLOČNÍČKY / STRIPTÉRKY
do nočného klubu Afrodita v Nových Zámkoch.
Ubytovanie zdarma, stála klientela, garantovaný denný príjem, mesačný bonus 400 EUR.
0910 970 890

HS HRIŇOVSKÉ STROJARNÉ
Hriňovské strojárne, a. s.
Partizánska cesta 1465
962 05 Hriňová
prijmeme do TPP
► **SÚSTRUŽNÍKA**
► **FRÉZARA**
► **BRUSIČA**
► **HORIZONTKÁRA**
na obsluhu CNC strojov
Požadujeme: vzdelanie alebo prax v odbore strojárstvo
Ponúkame: plat 650 – 1100 € v závislosti od praxe a vzdelania, príspevok na stravovanie, 13. – 14. plat, možnosť vzdelávania
Kontakt: praca@hs.sk

HOSPICE Ľubietová
Zariadenie pre seniorov
hľadá záujemcov na pozície:
♦ **ZDRAVOTNÁ SESTRA** ♦ **OPATROVATEĽ/KA** ♦ **KUCHÁR/KA** ♦
s nástupom ihneď, resp. dohodou možnosť ubytovania zdarma
Plat: 550 – 672 €/brutto + mesačné odmeny
kontakt: **0905 289 163**

ANIMATEAM hľadá:
LEKTORA - ANIMÁTORA do TPP/ živnosť
Radi privítame v našom kolektíve flexibilného človeka, ktorý vie komunikovať s deťmi a dospelými. Dôležitá je pre nás dochvilnosť, samostatnosť a radosť z práce s deťmi.
Výhodou: VP sk. B, pedagogické, umelecké alebo športové vzdelanie. **Možnosť ubytovania** v mieste výkonu práce.
Životopis posielajte na e-mail: 1animateam@gmail.com
Blížšie info: **0908 288 288**

MAHAX Slovakia s.r.o.
Ponuka práce
Hľadáme
zamestnancov/kyne
na TPP priamo v Kriváni na 12-hodinové zmeny vo výrobe, práca v sede.
Mzda od 650€/brutto + bonusy, strava zabezpečená.
Pre viac info: **0948 867 761**
Mahax Slovakia, s.r.o.

REFERENT/REFERENTKA INVESTIČNEJ VÝSTAVBY
OZNÁMENIE O VOĽNOM PRACOVNOM MIESTE
Mesto Detva prijme do hlavného pracovného pomeru zamestnanca na pozíciu:
REFERENTA/REFERENTKY INVESTIČNEJ VÝSTAVBY NA MESTSKOM ÚRADE V DETVE.
Miesto výkonu práce: Mestský úrad Detva.
Mzda: pre zamestnanca s úplným stredným vzdelaním v rozmedzí od 692 € do 830,50 €;
pre zamestnanca s vysokoškolským vzdelaním v rozmedzí od 802 € do 962,50 €.
Možný termín nástupu: 1. marca 2020, resp. podľa dohody.
Kvalifikačné predpoklady: úplné stredné odborné, stavebné zameranie;
vysokoškolské vzdelanie I. stupňa, stavebné zameranie;
vysokoškolské vzdelanie II. stupňa, stavebné zameranie; odborná spôsobilosť na výkon stavebného dozoru; prax v odbore viac ako dva roky výhodou.
Termín podania žiadosti do 10. februára 2020 do 15.00 hod. na podateľni Mestského úradu Detva.
Viac informácií na www.detva.sk a Margita Václavíková, tel.: **045/37 00 411**

SLAVIA PRODUCTION SYSTEMS
Dúbravy, Areál PPS 48
962 12 DETVA
Výrobca zväracích a montážnych pracovísk pre oblasť:
- automobilového priemyslu - poľnohosp. techniky a stavebných strojov
- kolajových vozidiel a lietadiel
Rozširuje svoj tím o pracovné pozície:
Frézar - junior
Platové podmienky: Od 800 Eur/brutto v závislosti od praxe + bonusy
Sústružník CNC
Platové podmienky: Od 950 Eur/brutto v závislosti od praxe + bonusy
Zvarač
ustavovanie zväranie (rovnanie plameňom výhoda)
Platové podmienky: Od 950 Eur/brutto v závislosti od praxe + bonusy
Strojárskeho robotníka pískovača
Platové podmienky: Od 850 Eur/brutto v závislosti od praxe + bonusy
Skladník – skladníčka
(pozícia vhodná aj pre absolventov SŠ strojárskeho zamerania)
Platové podmienky: Od 800 Eur/brutto v závislosti od praxe + bonusy
Konstruktér strojných zariadení – junior
(pozícia vhodná aj pre absolventov SŠ)
Platové podmienky: Od 950 Eur/brutto v závislosti od praxe + bonusy
Predpokladaný nástup do pracovného pomeru:
Dohodou, termín výberového konania upresnený individuálne, v závislosti od počtu uchádzačov
Životopis s motivačným listom zasielajte na adresu firmy, resp. e-mail: personalne@slaviaps.sk
Viac info na www.slaviaps.sk, resp. na tel. číslo: **045/ 520 32 06**

RIADITEĽ/RIADITEĽKA PRÍSPEVKOVEJ ORGANIZÁCIE
SPRÁVA ŠPORTOVÝCH ZARIADENÍ MESTA DETVA
VÝBEROVÉ KONANIE
Mesto Detva vyhlasuje výberové konanie na voľné pracovné miesto na pozíciu:
RIADITEĽ/RIADITEĽKA PRÍSPEVKOVEJ ORGANIZÁCIE SPRÁVA ŠPORTOVÝCH ZARIADENÍ MESTA DETVA.
Miesto výkonu práce: Mestský úrad Detva. **Tarifný plat:** od 887 do 1064,50 € brutto.
Možný termín nástupu: 1. apríl 2020, resp. podľa dohody.
Kvalifikačné predpoklady: vysokoškolské vzdelanie druhého stupňa (technického zamerania, resp. ekonomického zamerania výhodou); riadiaca prax minimálne tri roky.
Termín podania žiadosti do 17. februára 2020 do 15.00 hod. na podateľni Mestského úradu Detva.
Viac informácií na: www.detva.sk a Margita Václavíková, tel.: **045/37 00 411**

VEDÚCI/VEDÚCA ODDELENIA VÝSTAVBY, ROZVOJA A KOMUNÁLNYCH SLUŽIEB
VÝBEROVÉ KONANIE
Mesto Detva vyhlasuje výberové konanie na voľné pracovné miesto na pozíciu:
VEDÚCI/VEDÚCA ODDELENIA VÝSTAVBY, ROZVOJA A KOMUNÁLNYCH SLUŽIEB MESTSKÉHO ÚRADU DETVA.
Miesto výkonu práce: Mestský úrad Detva. **Tarifný plat:** od 887 do 1064,50 € brutto.
Možný termín nástupu: 1. marca 2020, resp. podľa dohody.
Kvalifikačné predpoklady: vysokoškolské vzdelanie druhého stupňa stavebného alebo iného technického smeru; riadiaca prax minimálne tri roky; znalosť právnych predpisov potrebných pre výkon činnosti.
Termín podania žiadosti do 10. februára do 15.00 hod. na podateľni Mestského úradu Detva.
Viac informácií na: www.detva.sk a Margita Václavíková, tel.: **045/37 00 411**

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

Zimné záhrady
zasklievanie balkónov
Slovakia



0940 172 493

zimnezahradyslovakia@gmail.com



Drevené a hliníkové
pergoly a prístrešky



Zimné záhrady



Drevené terasy



Hliníkové okná a
Dvere



Zasklievanie balkónov a
terás

50 % Zľavy na
objednávky
v mesiacoch
január a február !!



Kúpim
jelenie,
srnčie,
danielie
zhody
a trofeje.

tel. 0940 723 073

trofejeeu@gmail.com

AIW - Práca - Opatrovanie
seniorov v Rakúsku!



- 14-dňové turnusy, rakúska živnosť
- máme stále dostatok ponúk aj pre mužov
- sme partnerom rakúskeho Červeného kríža
- 20 rokov pomáhame opatrovať starým v Rakúsku

Honorár 1 100 až 1 400 € brutto / 15 dní

Dopravu hradí klient, strava a ubytovanie ZDARMA!

Kritériá
pre spoluprácu s AIW:

- opatrovateľský kurz a prax
- dobrá znalosť nemeckého jazyka
- vek 25 až 60 rokov

AIW má zástupcov
v rôznych mestách Slovenska!
Zavolajte na bezplatné číslo
0800 24 24 44
a dohodnite si osobné stretnutie.
Pracovať môžete už o pár dní!

www.aiw.sk

Facebook: aiwsk

SCHNELLECKE
LOGISTICS

prijme do pracovného
pomeru:

Vodič LKW od 810 € brutto + 160 €
variabilná zložka + ďalšie prémie

Vodič VZV / retrak / ťahač od 810 € brutto
+ variabilná zložka min. 110 € + ďalšie prémie

Pracovník montáže od 810 € brutto
+ variabilná zložka min. 110 € + ďalšie prémie

Skladový pracovník od 765 € brutto
+ variabilná zložka min. 110 € + ďalšie prémie

Miesto výkonu práce:

Devínska Nová Ves (BA)

e-mail: praca@schnellecke.com

tel.: 0800 144 140

PRÁCA V ČR

PLAT: OD 850 DO 1300 EUR

◆ OPERÁTOR

VÝROBY

◆ VODIČ VZV

◆ PRÁCA

S POČÍTAČOM

◆ HORIZONTKÁR CNC

◆ ZVÁRAČ CO2

◆ ZORAĐOVAČ

Bezplatná infolinka:

0800 500 091

www.konstrukter.sk - nabor@konstrukter.sk



www.TonerPartner.sk

ZĽAVA
10%

na kompatibilné náplne

ZĽAVA
3%

na originálne náplne

Ako získate zľavu?

Pri objednávke v e-shope www.tonerpartner.sk zadajte v nákupnom košíku zľavový kód
ZVOLENSKO a získate zľavu 10% na kompatibilné náplne a 3% na originálne náplne.

TAKTO ROBERT FICO A SMER SPRIVATIZOVALI SLOVENSKÉ DIAĽNICE!

Za 10 rokov prevádzky mýtného systému sme sa všetci poskladali na mýtné poplatky sumou 1,6 miliardy eur. Vlády Smeru však z toho postavili nanajvýš 6 kilometrov nových diaľnic. Ako je to možné? Polovica peňazí totiž odišla na účet súkromnej spoločnosti SkyToll! „Predstavitelia Smeru zverili mýto súkromníkom, ktorí na ňom zarábajú stamilióny a ľudia z týchto peňazí nemajú vôbec nič,“ upozorňuje tieňový minister dopravy za hnutie OĽANO Ján Marosz.



VYBRATÉ OD VODIČOV: 1,6 MILIARDY EUR

**SKYTOLL - 760 miliónov EUR
PROVIZIA - 48%!**

(v ČR dostáva prevádzkovateľ mýta 10%)

Z každého eura zaplateného cez mýto, išlo na budovanie nových diaľnic iba 10 centov!

Štát dokonca zaplatil za vybudovanie celého systému a technického vybavenia 256 milió-

nov EUR, no nakoniec mu nič neostane, pretože všetok majetok ostáva v rukách SkyTollu.

„Robert Fico a Smer povýšili privatizáciu na novú úroveň, keď štát nepredáva, ale daruje. Majetok, ktorý sme nakúpili za 7 a pol miliardy korún nechali celý SkyTollu. Takýto podvod ako nechať majetok postavený z mozolov ľudí, v rukách oligarchov by nevymyslel ani najlepší privatizér,“ uzavrel Ján Marosz.

KTO SÚ ZODPOVEDNÍ:

ĽUBOMÍR VÁŽNY (SMER-SD): vtedajší minister dopravy za Smer, ktorý celý kšeft dohodol
PETER PELLEGRINI (SMER-SD): blízky človek Ľubomíra Vážneho, robil mu asistenta a v čase podpisu zmlúv na mýto bol v parlamente šéfom dopravnej komisie - celý čas o kšefte vedel a ako premiér nekoná a kryje seba aj svojich kolegov.
ROBERT FICO (SMER-SD): osobne sa v kauze od začiatku angažoval a kryl svojich ľudí
IGOR CHOMA (SMER-SD): vtedajší šéf Národnej diaľničnej spoločnosti
JÁN POČIATEK (SMER-SD): bývalý minister financií a dopravy

HNUTIE OĽANO V CANNES! OZNAČILI SME HACIENDU JÁNA POČIATKA AKO MAJETOK NÁS VŠETKÝCH

Ján Počiatek má na krku oveľa viac, ako „iba“ spolupáchateľstvo na mýtnej zlodejine. Ako minister financií poslal v roku 2008 za pochybných okolností cyperskej schránkovej firme Lemikon 13 miliónov eur. Krytie v tejto kauze si zabezpečil aj na najvyšších miestach, keď mu vtedajší generálny prokurátor Dobroslav Trnka sľúbil, že namiesto vyšetrovania mu „urobí marketing“. Peniaze sa zo schránkovej firmy už nikdy na Slovensko nevrátili. Ján Počiatek si však užíva život v luxuse.



Naša protikorupčná úderka preto vycestovala na francúzsku riviéru priamo pred haciendu Jána Počiatka. Bývalému ministrovi financií a dopravy sme odkázali v mene miliónov ľudí zo Slovenska, že „jeho“ vila a ďalší nelegálne získaný majetok patrí občanom Slovenskej republiky.

Na dvere luxusného sídla v hodnote niekoľkých miliónov eur sme Počiatkovi nalepili nápis: „**Majetok Slovenskej republiky**“. Veríme totiž, že po voľbách budú takýto zlodeji postavení pred súd a ich nelegálny majetok bude opäť patriť ľuďom, ktorí zaňho zaplatili svojou prácou.

ČO SME ODKÁZALI JÁNOVI POČIATKOVI AJ VO VAŠOM MENE?

IGOR MATOVIČ

„My sa ťa nebojíme, nech sa zaparkuješ hocikde na svete. Môžeš si kúpiť haciendu kdekoľvek na svete. Sú to peniaze nás všetkých a ty si ich len vytuneloval.“

KRISTIÁN ČEKOVSKÝ ⑩

„Takto si žijú samozvaní sociálni demokrati. Najprv sa tvária, že pracujú pre ľudí a budujú sociálny štát, no napokon, keď vidia výsledok svojej práce, tak sa zo Slovenska radšej odsťahujú.“

MICHAL ŠIPOŠ ⑤

„Chudobní ľudia v chudobných slovenských regiónoch by si nielen nedovolili kúpiť takúto vilu, ale ani sem prísť. Preto sme sem symbolicky pricestovali, aby sme vás odhalili a ľuďom ukázali, ako si žijú niektorí ministri.“

JURAJ KRÚPA ④⑤

„Posledné vlády Smeru vyhnali za hranice Slovenska státisíce našich priateľov, či príbuzných. Chceme zmenu, aby aj títo ľudia mali nádej, že sa môžu vrátiť domov.“

ČO NAVRHUJE OĽANO:

- žiadame, aby vláda vyjedнала so SkyTollom prevod majetku do vlastníctva štátu za maximálne JEDNO EURO!!
- vysúťažiť nového prevádzkovateľa s výrazne nižšími províziami
- vyvolať trestnoprávnú a hmotnú zodpovednosť voči vinníkom

Naším cieľom je, aby všetok zisk z mýtnych poplatkov smeroval späť do obnovy, údržby a výstavby ciest.



Skoncuje s tým, čo nám tu produkovala Ficova vláda 12 rokov. Skoncuje s mafiou, ktorá nám tu vládne. Zomknime sa a podme voliť. Naše hnutie 10 rokov poctivo bojuje proti mafii. Nebáli sme sa jej ani vtedy, keď to nebolo moderné. Aj vtedy sme sa postavili Ficovi, Kaliňákovi a Počiatkovi, a do očí sme im hovorili, že sú zlodeji. Snažili sme sa upozorňovať na korupciu a urobiť s tým poriadok.

**POĎME 29. FEBRUÁRA
KONEČNE ZMENIť
SLOVENSKO K LEPŠIEMU!**